

# Schmale Bandnudeln mit Bärlauch-Avocado-Pesto



Mit viel frischem Bärlauch

Dieses Pesto ist wirklich hervorragend und gelingt sehr gut. Kochen Sie es unbedingt nach!

Ich hatte vor einiger Zeit schon einmal ein Pesto mit Bärlauch zubereitet. Allerdings hatte ich das Pesto nicht fein püriert, sondern die Zutaten vorher nur grob zerkleinert.

Dieses Pesto wird jedoch fein püriert und schmeckt einfach außergewöhnlich gut.

Dazu gibt es einfache, schmale Bandnudeln.

*Für 2 Personen:*

- 200 g Bio-Bärlauch (2 Packungen à 100 g)
- 2 Avocados
- 2 Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- Sauvignon blanc
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 50 g Parmigiano Reggiano
- 350 g schmale Bandnudeln
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 12 Min.*



Mit schmalen Bandnudeln

Gemüse putzen, grob zerkleinern und in eine Schüssel geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin kurz anbraten.

Mit etwas Weißwein ablöschen.

Pesto kurz köcheln lassen.

Mit dem Pürierstab fein pürieren.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Pesto mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Käse zum Pesto geben.

Alles gut vermischen.

Pesto abschmecken.

Wasser in einem Topf erhitzen, leicht salzen und Pasta darin 12 Minuten garen.

Einige Esslöffel des Kochwassers zum Pesto geben.

Pasta zum Pesto geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto in zwei tiefe Schalen geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Kalbs-Bratwürste** **mit** **Süßkartoffel-Fritten**



Sehr leckere Kalbs-Bratwürste

Ausnahmsweise hatte mein Discounter Kalbs-Bratwürste im Sortiment. Und zwar in einer XXL-Großpackung.

Erwartungsgemäß waren diese Bratwürste teurer als Bratwürste vom Schwein.

Aber sie schmecken eben sehr viel feiner und leckerer als Schweine-Bratwürste.

Letztere sind auch eher recht grob gewolft und haben eben nur einen recht mittelmäßigen Geschmack.

Zu den Kalbs-Bratwürsten gibt es Süßkartoffel-Fritten.

Dieses Mal allerdings nicht blanchiert und dann frittiert. Sondern nur zurechtgeschnitten und dann gleich frittiert.

Die Fritten gelingen besser als wenn man sie vorher

blanchiert. Aber immer noch nicht so kross wie Fritten aus Kartoffeln.

Ich verfeinere die Würste sogar noch mit einigen Scheiben Kräuterbutter.

*Für 2 Personen:*

- 800 g Kalbs-Bratwürste (12 Stück)
- 2 Süßkartoffeln
- Salz
- 10 Scheiben Kräuterbutter
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.*



Mit selbst zubereiteter Kräuterbutter

Süßkartoffeln putzen, schälen und in lange Fritten schneiden.

Öl in einer Grillpfanne erhitzen und Würste darin auf jeder Seite insgesamt etwa 10 Minuten grillen.

Parallel dazu Fett in der Fritteuse auf 180 °C erhitzen und Fritten darin 5 Minuten kross frittieren.

Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Salzen.

Würste auf zwei Teller verteilen.

Jeweils 5 Scheiben Kräuterbutter darüber verteilen.

Fritten auf die beiden Teller geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Geschmälzte Herrgottsbscheißerle mit Kalbsbrät**



## Leckere gefüllte Pasta

Ich möchte gern ein sehr ungewöhnliches Rezept mit Ihnen teilen. Eines, bei dem ich auf die Auflistung der Zutaten und die Beschreibung der Zubereitung verzichte.

Ich hatte eine Idee, wie ich Bratwürste anders weiterverwenden kann, ohne die Würste in gewohnter Manier zu braten oder zu grillen.

Und zwar das Brät aus den Würsten herauszunehmen und damit herrliche Herrgottsbrätscheiße zu füllen.

Das klingt ja schon einmal gut.

Zumal das Brät der Kalbs-Bratwürste, die ich verwende, sehr gut schmeckt.

Nun kam ein Hürde auf mich zu.

Ich hatte seit 2 Jahren keine Nudelmaschine mehr. Weder eine elektrische noch eine manuelle. Ich hatte vor einigen Jahren eine preiswerte elektrische Nudelmaschine bei meinem Discounter gekauft. Das hätte ich besser unterlassen sollen. Ich musste die Nudelmaschine drei Male wegen eines Defekts an den Vertrieb der Nudelmaschine zur Reparatur einsenden.

Beim dritten Mal blieb sie gleich dort und ich bekam den Kaufpreis zurückerstattet. Und meine manuelle Nudelmaschine hatte ich eben in dieser Zeit bei eBay verkauft.

Nudelteig manuell mit dem Nudelholz wollte ich nicht zubereiten.



So gelingt es leider nicht, ...

Ich kam auf die Idee, Lasagneplatten vorzugaren und halbiert zu großen Herrgotts'scheißerle-Teig umzufunktionieren.

Grundsätzlich klingt die Idee zunächst einmal nicht schlecht.

Sie hat nur einen Fehler: Vorbereitete Lasagneplatten, und dann wenige Minuten vorgegart für die weitere Verarbeitung, lassen sich nicht zusammendrücken oder kleben. Weder haften die Platten fest aneinander, wenn man sie mit dem Finger zusammendrückt. Oder letzteres sogar mit der Gabel versucht. Noch kleben sie zusammen, wenn man die Stellen zusätzlich mit verquirltem Ei bestreicht.

Den Platten fehlt einfach die Klebrigkeit eines frisch zubereiteten Nudelteigs, den mit Ei verkleben und gut zusammendrücken kann.

Somit schlug dieser Versuch fehl.



... so dann allerdings schon

Ich habe mich also dann doch daran gemacht und frischen

Nudelteig zubereitet und mit dem Nudelholz – nomen est omen – ausgerollt.

Dieser frische Teig hat eben auch die Vorteile, dass er zieh- und dehnbar ist und somit manche Lücke bei den Herrgottsb'scheiBerle füllen kann, indem man den Teig einfach noch etwas dünner drückt oder entsprechen in Form zieht.

Außerdem lassen sich auch kleine Löcher in den gefüllten Herrgottsb'scheiBerle leicht mit einem Stückchen Teig wieder stopfen.

Bei den Lasganeplatten hat man da eben keine Chance.

Nun, ich habe Brät von 10 Kalbs-Bratwürsten – etwa 800 g – verwendet.

Und dann noch einen halben Topf Petersilie und einen ganzen Topf Basilikum abgezupft, kleingeschnitten und in das Brät gegeben.

Dann alles mit der Hand zu einer schönen Füllung vermischt. Die Füllung in der Hand zu einer dicken, langen Rolle geformt und in sechs Teile geteilt.

Das ergibt die Füllung für die Herrgottsb'scheiBerle.



Mit viel Butter

Die Zubereitung dann ist einfach.

Ich habe den Nudelteig nach meinem bewährten [Rezept](#) zubereitet. Das ergibt genau die Menge Nudelteig, wie ich sie für insgesamt 12 große Herrgottsbscheißerle für 2 Personen benötige.

Zur Sicherheit, um Nudelteig und Brät der Herrgottsbscheißerle zu garen, lasse ich sie 30 Minuten in nur noch siedendem Wasser ziehen. Das Wasser kocht nicht, es gibt somit keine Luftblasen und Bewegung im Wasser und die Herrgottsbscheißerle können nicht aufplatzen.

Dann nur noch in einer großen Portion Butter in der Pfanne geschwenkt.

Und sofort serviert. Lecker!

---

# Foodfotografie

Ich möchte gern etwas wichtiges zum Thema Foodfotografie mit Ihnen teilen, das sich in der letzten Zeit bei mir ereignet hat.

Meine bisherige Profi-Kamera Canon EOS 5D, die mir mein Bruder vor Jahren gebraucht zum Geburtstag geschenkt hatte, ist leider defekt. Vermutlich ein Kurzschluss und somit eine durchgebrannte Sicherung auf der Hauptplatine der Kamera, verursacht durch einen Objektivwechsel.

Die Kamera ist etwa 17 Jahre alt und eine Reparatur lohnt sich für mich leider nicht mehr.

Sie mussten jedoch aufgrund der defekten Kamera in den letzten Wochen mit einfachen Foodfotos vorlieb nehmen, die ich mit meinem Smartphone fotografiert habe. Leider ergibt dies ja erwartungsgemäß keine guten Foodfotos.



Nun habe ich in eine neue, gebrauchte Kamera investiert, die Canon EOS 200D. Sie hat den Vorteil, dass ich die Objektive der alten Kamera weiterverwenden kann. Außerdem ist sie gerade einmal 5 Jahre alt und ist eine moderne Kamera. Sie hat einen Touchscreen zur Bedienung auf der Rückseite der Kamera, dann hat sie Funktionen wie eine Spiegelvorauslösung, was für Foodfotos auf dem Stativ mit langer Belichtungszeit von mehreren Sekunden wichtig ist, und darüber hinaus hat sie auch WLAN und Bluetooth. Ich kann somit meine Foodfotos ganz einfach auf iPhone oder iPad übertragen und dann sehr viel einfacher meine Rezepte mit den Foodfotos veröffentlichen. Ich bin nicht mehr auf den Umweg einer Speicherkarte, eines Speicherkarten-Lesegeräts und damit auf meinen Computer in meinem Büro angewiesen, um die Foodfotos in die Mediathek meines Foodblogs zu übertragen.



Sie können sich also wieder auf exzellente Foodfotos, aufgenommen mit Stativ und langer Belichtungszeit in meinem Fotostudio oder auf meiner Arbeitsplatte, freuen.



---

# Foodblog-Event zum 10-jährigen Jubiläum meines Foodblogs



Ich möchte gern mit Ihnen etwas teilen. Ich freue mich heute

sehr, Ihnen ein neues Blog-Event zu präsentieren. Das erste Event, das ich seit über einem Jahr wieder veranstalte.

Das Event hat auch einen guten Grund, durchgeführt zu werden. Denn es gibt ein großartiges Jubiläum zu feiern.

## **Das Jubiläum:**

**Ich feiere mit meinem Foodblog Nudelheissundhos das 10-jährige Bestehen!** Sie lesen richtig. So lange schon können Sie sich täglich mit einem neuen Rezept und Foodfotos zum Kochen inspirieren lassen.

Vor genau 10 Jahren, am 30. Mai 2012, habe ich das Foodblog gegründet und das erste Rezept veröffentlicht. Mir ist erst nach einigen Jahren aufgefallen, dass ich dies genau am Geburtstag meines leider mittlerweile verstorbenen Vaters getan habe.

Seitdem hat sich sehr viel getan. Die Rezepte sind besser geworden. Ebenso wie die Foodfotos. Ich habe in meine Küche und meine Arbeitsgeräte investiert. Ebenso wie in meine Kamera-Ausrüstung.

Viele Rezepte kamen im Laufe der Jahre hinzu, vorzugsweise die der europäischen oder deutschen Küche. Mittlerweile enthält mein Foodblog einen Bestand von **über 3.000 Rezepten**. Der Chef-Redakteur einer Food-Zeitschrift in Hamburg sagte mir einmal dazu, schon allein die Anzahl der Rezepte sei wirklich beträchtlich. Es sind unter anderem viele Pasta- und Pesto-Rezepte und Rezepte zu Rind, Schwein, Geflügel oder zu Fisch und Meeresfrüchten. Und in den letzten Jahren habe ich auch viele Rezepte zu Kuchen, Tartes oder Torten veröffentlicht.

Aber ich will hier nicht nur die oben erwähnten Rezepte nennen, sondern auch die ausgefallenen. Und dies nicht immer zum Gefallen der Leser. Verschiedentlich wurden Hund-, Katze-, Meerschweinchen- oder Wellensittich-Rezepte hart angefeindet. Die ein oder andere Anfeindung oder Drohung musste ich mental

überstehen. Auch noch anderweitig ausgefallene Rezepte zu Innereien, Pferdefleisch oder Insekten fanden nicht jedermanns Zustimmung. Aber das Foodblog ist international ausgerichtet. Und so ist es natürlich auch das Internet, in dem ich veröffentliche. Und somit sollten es auch die Rezepte sein. Ich experimentiere eben gern bei meinen Rezepten und variiere Gerichte durch andere Zutaten oder andere Zubereitungen.

Ich habe über diese 10 Jahre ein Statistik-Tool mein Foodblog begleiten und Ihre Besuche und Seitenaufrufe – natürlich anonymisiert – aufzeichnen lassen. Und so hat es sich ergeben, dass ich zu diesem Zeitpunkt, zu dem ich das 10-jährige Bestehen feiere, auch noch ein weiteres Jubiläum feiern kann. Denn es hat in diesen Tagen auch den **1-millionsten Seitenaufruf** des Foodblogs gegeben. Eine stolze Zahl! Leider musste ich vor kurzem feststellen, dass dieses Statistik-Tool über die Jahre nicht die korrekten Besucher- und Seitenaufruf-Zahlen gemessen hat. Denn zwei andere Tools, die mir Kollegen empfohlen und die seit Anfang 2022 in Betrieb sind, liefern ganz andere Zahlen. Und zwar deutlich höhere! Und so könnte ich mittlerweile sicherlich auch nach diesen Tools den 2- oder 3-millionsten Seitenaufruf oder auch den 1-millionsten Besucher des Foodblogs begrüßen und feiern.

Nicht vergessen will ich die Kommentare, die im Laufe dieser 10 Jahre auf meinem Foodblog abgegeben worden sind. Denn von Ihrer Interaktion und Ihrer Teilnahme am Foodblog und auch an den Rezepten lebt das Foodblog natürlich. Und so sind in dieser Zeit insgesamt bisher **1.700 Kommentare** im Blog gelandet.

## **Das Event:**

Ich starte daher heute das Foodblog-Event für 30 Tage, **bis zum 30. Juni 2022**. Thema des Events ist die Frage, **welches ist Ihr Lieblingsrezept?** Und dies ist nicht das alleinige Thema des Events. Sondern Ihr Rezept ist nur relevant und wird als Blogbeitrag akzeptiert, wenn Sie auch **eine Geschichte zu Ihrem**

**Lieblings-Rezept zu erzählen** haben. Also eine Familienfeier, ein Jubiläum, ein besonderes Ereignis, ein bestimmter Umstand oder sonst irgend eine Verrücktheit, die sich um das Rezept, dessen Zubereitung und dessen Genuss rankt. Und natürlich braucht so ein Rezept auch noch zumindest ein schönes Foodfoto, das dazu veröffentlicht werden soll.

Teilen Sie Ihr Rezept und Ihre Geschichte mit mir und meinen Lesern. Sie brauchen dafür nur eine der beiden Möglichkeiten: Ein **eigenes Foodblog** und eine andere Möglichkeit zur **Veröffentlichung im Internet**. Und wenn Sie diese Möglichkeiten nicht haben, fragen Sie mich bitte per Mail, ich richte Ihnen dann einen **Autoren-Zugang zu meinem Foodblog** ein und Sie können das Rezept direkt hier veröffentlichen.

Wenn Sie eine der genannten Möglichkeiten in Anspruch nehmen, gilt als Bedingung zur Teilnahme am Foodblog-Event: **Einfach den Link zum Rezept hier als Kommentar posten!**

## Preise:

Es gibt natürlich auch etwas zu gewinnen bei diesem Event.

Ich konnte einen Kollegen von mir gewinnen, der eine eigene, kleine Pasta- und Pesto-Manufaktur betreibt und dort in einem kleinen Familienbetrieb hergestellte, vorwiegend italienische Produkte in einem Online-Shop vertreibt. Er hat mir einen exklusiven **Gutschein über 30,- €** (inkl. MwSt.) für eine Bestellung in seinem Shop als **ersten Preis** für mein Foodblog-Event zur Verfügung gestellt. Schauen Sie sich doch einmal in seinem Online-Shop um, unter [Pasta Grande](#) finden Sie viele kulinarische Leckereien. Und vielleicht können Sie ja bald mit diesem Gutschein dort shoppen gehen.

Als **zweiten Preis** lobe ich ein schönes **Backbuch** aus meiner eigenen Feder aus. Und zwar zum Thema Tartes. Das Backbuch ist komplett in Farbe, hat 100 Seiten, 73 Farbfotos und enthält 21 Backvariationen zu süßen, pikanten und süß-pickten Tartes

sowie zu Klassikern.

Der **dritte Preis** meines Events ist ein **Kochbuch** wiederum aus eigener Feder. Ein Kochbuch mit deutschen, französischen, italienischen und asiatischen Rezepten. In den Kategorien Suppen/Vorspeisen, Gemüse, Pasta, Innereien, Geflügel, Fleisch, Fisch, Dessert und Brot, Kuchen und Gebäck. Ebenfalls komplett in Farbe, mit 108 Seiten, 25 Farbfotos und 4 Illustrationen.

## Teilnahme:

Ich begrüße Sie also herzlich zu meinem Foodblog-Event aus Anlass des 10-jährigen Bestehens meines Foodblogs! Und lade Sie herzlich ein, daran teilzunehmen und ein Rezept hier zu posten. Ich freue mich schon auf Ihr Rezept und Ihre Geschichte dazu und bin sehr gespannt. Und wünsche Ihnen dann natürlich auch, dass Sie bei der Preisziehung unter allen Teilnehmern unter den Gewinnern sind! Machen Sie mit!

## Teilnahmebedingungen:

- *Der Teilnehmer muss ein (Food-)Blog betreiben oder auf andere Weise sein Rezept, die Zubereitung, die Fotos und seine Geschichte dazu online stellen.*
- *Man kann auch als Autor – nach vorheriger Konfiguration durch mich – den Beitrag auf meinem Foodblog posten.*
- *Dazu muss eines der folgenden Banner im Blogbeitrag veröffentlicht werden.*
- *Eine weitere Bedingung ist, das Rezept darf nicht aus einem Archiv stammen.*
- *Den Link zum Rezept dann bitte in diesem Beitrag als Kommentar posten.*
- *Das Blogevent endet am 30. Juni 2022. Bis dahin kann am Event teilgenommen und können Rezepte gepostet werden.*
- *Eine letzte Bedingung ist, dass mir mit der Teilnahme am Blogevent und der Mitteilung des Links zum veröffentlichten Rezept die Nutzungsrechte für den Text*

und die Fotos übertragen werden. Ich verwende sie für eine Zusammenfassung des Blogevents nach dessen Beendigung.

## Blogevent-Banner:



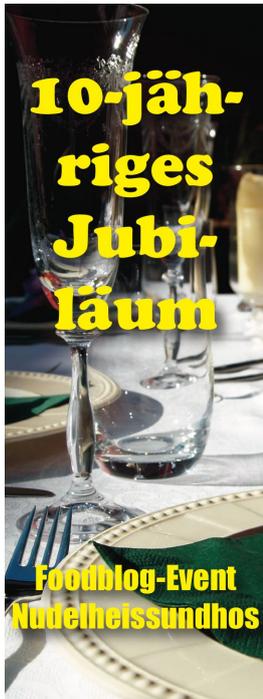
Querformat 500×130:

```
<a href="https://www.nudelheissundhos.de/2022/05/30/foodblog-event-zum-10-jaehrigen-jubilaem-meines-foodblogs/" target="_blank" title="Blogevent 10-Jähriges"><img
```



Querformat 400×90:

```
<a href="https://www.nudelheissundhos.de/2022/05/30/foodblog-event-zum-10-jaehrigen-jubilaem-meines-foodblogs/" target="_blank" title="Blogevent 10-Jähriges"><img
```



Hochformat 130×350:

```
<a href="https://www.nudelheissundhos.de/2022/05/30/foodblog-event-zum-10-jaehrigen-jubilaeum-meines-foodblogs/" target="_blank" title="Blogevent 10-Jähriges"><img
```

**Ich wünsche viel Spaß beim Kochen!**

---

**Schwarze-Johannisbeere-Quark-Torte**



Dieses Mal mit leichter Süße

Diese Torte schmeckt außergewöhnlich gut.

Kein Wunder, habe ich doch einmal ein kleine Regel von mir durchbrochen und eine süße Torte zubereitet. Schmeckt zwar sehr gut, hat aber eben auch wieder mehr Kalorien und gibt damit Hüftgold.

Für die Füllmasse habe ich eine halbe Flasche dickflüssigen Schwarze-Johannisbeere-Sirup verwendet. Er gibt der Torte ihre rote Farbe , den Geschmack und die Süße.

Des weiteren habe ich 1 kg Quark verwendet. Und zwar mit 40 % Fett. Fett ist ein Geschmacksträger, und somit schmeckt die Torte noch besser.

Insgesamt ergibt dies eine Füllmasse von 1,4 l. Da aber der Quark von seiner Konsistenz doch sehr fest und kompakt ist, kann ich die Blattgelatine auf 12 Blätter reduzieren, und die

Torte wird im Kühlschrank doch fest und kompakt.

*Für den Tortenboden:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Füllmasse:*

- 1 kg Quark (40 % Fett)
- 400 ml Schwarzer-Johannisbeere-Sirup
- 12 Blatt Gelatine

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Wartezeit mind. 4 Stdn.*



Schöne, leckere Torte

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Sirup in einem Topf leicht erhitzen.

Gelatine mit der Hand ausdrücken, nach und nach in den Sirup geben und dabei mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Quark dazugeben und ebenfalls mit dem Schneebesen gut verrühren.

Füllmasse auf den festen Tortenboden geben und gut verteilen.

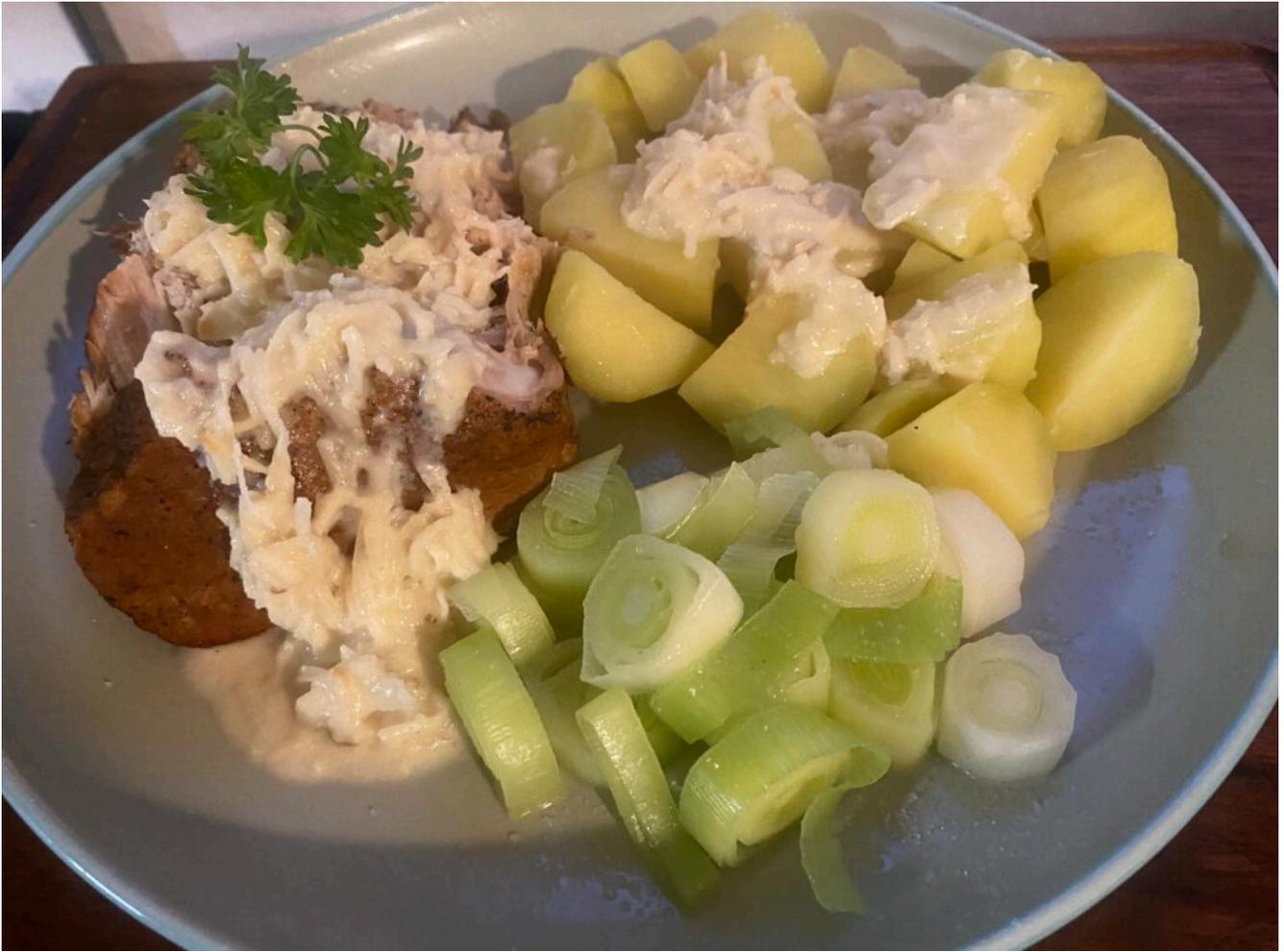
Torte mindesten 4 Stunden, besser noch über Nacht, in den Kühlschrank geben.

Herausnehmen, Backform und Backpapier entfernen und Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

**Schweinerücken-Braten mit  
Meerrettich-Sauce und  
Salzkartoffeln und  
Lauchgemüse**



Mit viel frischer Meerrettich-Sauce

Ein leckerer Schweinerücken-Braten. Ein Stück Fleisch mit langen Fleischfasern. Wodurch man ihn lange schmoren muss. Dann aber ist er weich, lässt sich mit der Gabel ohne Messer auseinanderziehen und sehr saftig.

Der Braten wird zwar in einem selbst zubereiteten Gemüsefond 3 Stunden geschmort, ohne weitere Zutaten oder Gewürze. Durch das lange Garen wandelt sich der Fond in eine leckere, dunkle Bratensauce. Ich habe diese aber dennoch nicht zum Braten serviert, sondern für ein Gulasch anderweitig verwendet.

Stattdessen habe ich frisch zubereitete Meerrettich-Sauce dazu kredenzt, die ich portionsweise im Kühlschrank aufbewahrt habe. Sie hält sich mehrere Wochen in Vorratsgläsern mit Deckel. Und ist in wenigen Minuten schnell in der Mikrowelle in einer Schale erhitzt.

Als Beilage gibt es einfache Salzkartoffeln, auf die auch noch ein wenig der leckeren Sauce drapiert wird.

Und ein leckeres Lauchgemüse, einfach wenige Minuten im Kochwasser gegart, dann gesalzen und ebenfalls als Beilage zum Braten dazu serviert.

Das Gericht eignet sich hervorragend zum heutigen Vatertag, an dem ich es einfach solo als Hauptgericht serviere, ohne Vorspeise und Dessert.

*Für 2 Personen:*

- 800 g Schweinerücken-Braten
- Fleisch-Gewürzsalz
- 400 ml Gemüsefond
- 6 Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 200 ml [Meerrettich-Sauce](#)
- Salz
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 3 Stdn.*



## Leckere Bratenscheiben

Braten auf allen Seiten mit der Gewürzmischung würzen.

Öl in einem Topf erhitzen und Braten auf allen Seiten jeweils einige Minuten kross anbraten.

Mit dem Fond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden schmoren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln schälen und grob zerkleinern.

Wasser in einem Topf erhitzen, salzen und Kartoffeln darin 12 Minuten garen.

Lauch putzen, quer in Ringe schneiden und in eine Schüssel geben.

Meerrettich in eine Schale geben.

Kartoffeln in eine Schüssel geben, salzen und warmhalten.

Lauch noch drei Minuten im Kochwasser der Kartoffeln garen.

Meerrettich-Sauce in der Mikrowelle bei 800 Watt zwei Minuten erhitzen.

Braten herausnehmen, auf ein Schneidebrett geben und tranchieren.

Bratenscheiben auf zwei Teller verteilen.

Kartoffeln dazugeben.

Lauch ebenfalls auf die beiden Teller geben.

Beides leicht salzen.

Meerrettich-Sauce etwas verrühren und über die Bratenscheiben und die Kartoffeln geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Rindfleisch-Suppe**



Mit Petersilie garniert

Bereiten Sie unbedingt diese wirklich außergewöhnlich leckere Suppe zu!

Sie benötigen dafür eine selbst frisch zubereitete Fleisch- oder Gemüsebrühe. Dieser kann natürlich auch schon vor einiger Zeit zubereitet und portionsweise für solche Zubereitungen wie diese eingefroren sein.

Dann benötigen Sie Rinder-Suppenfleisch.

Und zum Garnieren noch ein klein wenig frische Petersilie.

Die Suppe ist wirklich sehr lecker!

*Für 2 Personen:*

- 500 g Rinder-Suppenfleisch
- 800 ml Gemüsebrühe
- Salz

- schwarzer Pfeffer
- Petersilie

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 2 Stdn.*

Suppenfleisch grob zerkleinern.

Brühe in einem Topf erhitzen.

Suppenfleisch dazugeben.

Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Suppe abschmecken.

Petersilie kleinwiegen.

Suppe mit Fleisch auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Rhabarber-Kuchen**



Leckerer Kuchen

Bereiten Sie diesen leckeren Kuchen einmal zu.

Es ist ein einfacher Rührkuchen. Mit Obst.

Ich gebe einfach die Rührteigmasse in eine große Spring-Backform.

Und drücke den geschälten und grob zerkleinerten Rhabarber oben in die Rührteigmasse hinein.

Wie man auch einen Apfelkuchen zubereiten kann.

Das Ergebnis ist ein einfacher Kuchen aus Rührteig und Obst.

Der Rhabarber liefert eine gewisse Süße, Säure und Saftigkeit.

Probieren Sie es aus!

*Für den Rührteig:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 5 Stangen Rhabarber

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 1 Std.*



Mit saftigem Rhabarber

Rhabarber putzen und schälen. In grobe Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Rührteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Rührteig in eine Spring-Backform mit Backpapier geben und gleichmäßig auf dem Boden verteilen.

Rhabarberstücke obenauf in den Rührteig drücken.

Nach dem Grundrezept backen.

Herausnehmen und gut abkühlen lassen.

Backform und Backpapier entfernen. Auf eine Kuchenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

## Schmale Bandnudeln mit Romanesco-Pesto



Mit frischem Romanesco

Romanesco habe ich vor etwa 26 Jahren bei einem Aufenthalt in Schleswig-Holstein kennengelernt und etwas nettes damit

erlebt. Aber das ist eine andere Geschichte ...

Romanesco ist der grüne Bruder des weißen Blumenkohls. Aber da er eine eigene Art ist, hat er einen eigenen Namen und ist von Form und Geschmack her ein wenig anders.

Aber erst ist eine Kohlsorte und hat den typischen Kohlgeschmack.

Meistens gart man ihn in kochendem Wasser. Man kann ihn aber auch braten oder frittieren.

Er eignet sich aber auch für ein Pesto, für das man ihn sehr klein schreddert, am besten in der Küchenmaschine.

Dann brät man ihn in ausreichend Olivenöl an, gibt noch kleingeschnittenen Knoblauch hinzu und würzt alles kräftig mit Paprika, Ingwer und Kurkuma.

Für mehr Flüssigkeit und um den Romanesco auch anständig zu garen, wird er zunächst mit einem guten Schluck Sauvignon blanc abgelöscht und dann darin gegart.

Zum Schluss kommen aber noch zwei Schöpflöffel des Kochwassers der Pasta hinzu, um das Pesto zu verlängern.

Und natürlich ein gutes Stück Parmigiano Reggiano, der frisch gerieben wird und das Pesto verfeinert und schlotziger macht.

*Für 2 Personen:*

- 1 Romanesco
- 4 Knoblauchzehen
- 2 TL geriebener Ingwer
- 2 TL Kurkuma
- 2 TL Paprika
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Sauvignon blanc

- 2 Schöpflöffel Pasta-Kochwasser
- 375 g schmale Bandnudeln
- Olivenöl
- 50 g Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 12 Min.*



Mit schmalen Bandnudeln

Romanesco putzen und den harten Strunk entfernen.

Röschen jeweils mit dem Stiel abschneiden.

Alle Röschen in der Küchenmaschine grob zerschreddern.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen.

Öl in einem Topf erhitzen.

Romanesco und Knoblauch hineingeben und anbraten.

Mit einem guten Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Ingwer, Kurkuma, Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker kräftig würzen.

Alles vermischen und bei mittlerer Temperatur kurz köcheln lassen.

2 Schöpflöffel des Kochwassers der Pasta dazugeben.

Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben. Dazugeben.

Alles gut vermischen und noch kurz köcheln lassen. Abschmecken.

Pasta durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Pasta zum Pesto geben.

Alles gut miteinander vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Heidelbeer-Torte



Leckere Torte

Ein Rezept für eine leckere Beeren-Torte.

Das Besondere an der Torte ist das, dass ich sowohl flüssige Beeren in Form von Beeren-Buttermilch verwende, als auch Beeren als frische Heidelbeeren.

Das Ergebnis ist eine sehr leckere, wohlschmeckende und fruchtige Torte.

Unbedingt zubereiten!

*Für den Tortenboden:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Füllmasse:*

- 1 l Beeren-Buttermilch (2 Becher à 500 ml)
- 500 g frische Heidelbeeren
- 14 Blatt Gelatine

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Wartezeit mind.  
4 Stdn.



Mit vielen Beeren

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Beeren kurz in der Küchenmaschine grob zerkleinern.

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Buttermilch in einem großen Topf leicht erhitzen.

Gelatine mit der Hand ausdrücken, nach und nach in die Buttermilch geben und mit dem Schneebesen gut verrühren.

Heidelbeeren zur Buttermilch geben.

Füllmasse auf den Tortenboden geben.

Torte mindestens vier Stunden, besser noch über Nacht, im Kühlschrank erhärten lassen.

Herausnehmen, Backform und Backpapier entfernen und Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

## Gemüsefond mit einem Experiment



Leider kein heller Gemüsefond

Nachdem ich vor einigen Wochen sehr erfolgreich einen dunklen Bratenfond aus Knochen, Gemüseabfällen und Gewürzen zubereitet habe, teste ich dies jetzt genauso mit einem Gemüsefond.

Ich hatte dazu in einem Blogbeitrag vor etwa zwei Monaten

schon beschrieben, dass ich dabei ein Experiment mache und Neuland betrete. In einer Hobby-Küche eines kleinen Haushalts kann man niemals so viele Gemüseabfälle sammeln, um damit einen Fond zuzubereiten, wie dies in einer Profi-Küche eines Restaurants der Fall ist. Dort kann man sicherlich bei vielleicht hundert Gerichten am Tag ein bis zwei Male pro Woche einen solchen Fond ansetzen und zubereiten. Im Hobby-Haushalt klappt das nicht, bis man genügend Abfälle zusammen gesammelt hat, sind diese schon verschimmelt.

Also habe ich nun über vier Wochen Gemüseabfälle im Gefrierschrank gesammelt und eingefroren. Und habe nun nach vier Wochen genügend Abfälle zusammen, um einen großen Bräter damit zu füllen und einen hellen Gemüfefond damit zuzubereiten.

Ich kann Ihnen nicht mehr genau beschreiben, welche Gemüseabfälle ich gesammelt habe. Verwenden Sie einfach alles, was im Laufe von vier Wochen sich an Abfällen ansammelt und frieren Sie es ein.



Gefrorene Gemüseabfälle in einer Gefrierschrankschublade  
Das Gemüse wird übrigens nur kurz in Öl angebraten. Es sollen nicht zu viele Röststoffe entstehen, denn es soll ja ein heller Gemüsefond werden.

Allerdings gelingt das nicht ganz richtig, denn dafür sorgen Kartoffel-, Zwiebel-, Eier- und Avocadoschalen, die dem Fond doch eine recht dunkle Farbe verleihen.

*Für den Fond:*

- Gemüseabfälle (von 4 Wochen, privater Haushalt)
- 1 l Soave
- 2,5 l Wasser
- 1 Sternanis
- 6 Pimentkörner
- 6 Wacholderbeeren
- 6 Pfefferkörner
- 2 Gewürznelken

- 10 Lorbeerblätter
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: 6 Stdn.*



Das Gemüse beim Garen im Bräter  
Abfälle grob zerkleinern.

Öl in einem großen Bräter erhitzen.

Gemüse darin einige Minuten anbraten.

Mit dem Weißwein ablöschen.

Mit Wasser den Bräter bis zum Rand auffüllen.

Ganze Gewürze in den Bräter dazugeben.

Zugedeckt bei mittlerer Temperatur sechs Stunden köcheln lassen.

Gemüse und Gewürze mit dem Schaumlöffel herausheben und in den Bio-Mülleimer entsorgen.

Fond durch ein Küchensieb in eine große Schüssel absieben.

Dann den Fond nochmals durch ein Küchensieb mit einem frischen Küchenhandtuch in eine Schüssel gießen.

Fond portionsweise abfüllen und für weitere Verwendungszwecke einfrieren.

---

## **Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüse auf Kartoffelwürfeln**



Mit kross gebratenen Kartoffelwürfeln  
Für das Geschnetzelte habe ich es mir einfach gemacht und zwei  
Schenkel mit Rückenstück verwendet.

Und habe diese einfach mit dem Entbeinmesser entbeint und das  
Fleisch kleingeschnitten.

Dazu gibt es diverses Gemüse.

Ein kleines Sößchen bilde ich aus einem Schluck Sauvignon  
blanc.

Und als Beilage gibt es Bratkartoffeln aus kross gebratenen  
Kartoffelwürfeln.

*Für 2 Personen:*

- 2 Hähnchenschenkel mit Rückenstück
- Geflügelgewürzmischung
- Salz

- Pfeffer
- Zucker
- 12 mittlere Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 10 Kirschtomaten
- 6 große, braune Champignons
- Sauvignon blanc
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 25 Min.*



Mit entbeintem Hähnchenschenkel  
Schenkel entbeinen.

Fleisch in kurze Streifen schneiden.

In eine Schüssel geben, mit der Gewürzmischung und Salz,

Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Kartoffeln schälen.

In einem Topf mit kochendem Wasser 15 Minuten garen.

Herausnehmen und abkühlen lassen.

Kartoffeln in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und grob zerkleinern. Zwiebeln dabei in lange Streifen schneiden.

Kirschtomaten achteln.

Champignons halbieren und dann in feine Scheiben schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel darin etwa 10 Minuten unter gelegentlichem Wenden kross anbraten. Salzen und pfeffern.

Parallel dazu Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und Fleisch und Gemüse darin einige Minuten kross anbraten.

Mit einem Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Abschmecken.

Kartoffelwürfel auf zwei tiefe Teller verteilen.

Fleisch mit Gemüse und etwas Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Pfirsich-Kokosnuss-Torte



Schöne Torte mit pürierten Pfirsichen

Pfirsiche und Nektarinen sind ja derzeit aus südlichen Ländern schon auf dem Markt zu bekommen.

Also habe ich einmal einige Pfirsiche eingekauft. Und bereite damit eine leckere Torte zu.

Zu Pfirsichen passt Kokosnuss ganz gut. Also habe ich einfach für mehr Volumen und Flüssigkeit in der Füllmasse einen großen Becher Kokos-Quark gekauft, den ich zusätzlich zum Pfirsichmus in die Füllmasse gebe.

Ansonsten wird noch der Tortenboden ganz nach dem Grundrezept aus Toastbrot und Margarine zubereitet. Fertig ist die leckere Torte.

Sie sollte mindestens vier Stunden im Kühlschrank erhärten –

am besten noch über Nacht.

*Für den Tortenboden:*

- [Grundrezept](#)

*Für die Füllmasse:*

- 8 Pfirsiche
- 500 g Kokos-Quark (1 Becher)
- 9 Blatt Gelatine

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Wartezeit mind. 4 Stdn.*



Mit Pfirsich- und leichtem Kokosgeschmack  
Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Pfirsiche entkernen, vierteln, dann grob zerkleinern und in eine Schüssel geben.

Pfirsiche in einer Küchenmaschine zu einem Mus pürieren.

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Quark in einem Topf leicht erhitzen.

Gelatine mit der Hand ausdrücken, nach und nach in den Quark geben und mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Dann Pfirsichmus dazugeben und ebenfalls mit dem Schneebesen alles gut verrühren.

Füllmasse auf den Tortenboden geben und gut verteilen.

Torte mindestens vier Stunden in den Kühlschrank geben.

Herausnehmen, Backform und Backpapier entfernen und Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

---

## **Veganes Geschnetzelte mit Gemüse in Sahne-Sauce auf Langkornreis**



Würzig und schmackhaft

Ich bringe ja ab und zu gerne ein Bauernopfer. Das fällt mir leicht. In diesem Fall, war es das Fleisch, das ich hier über die Klinge springen ließ und nicht verwendet und zubereitet habe.

Aber dieses Rezept ist dagegen dann ein wahres Fest für Veganer. Ein herrliches Gericht mit veganem Geschnetzeltem aus Erbsenprotein.

Dazu noch diverses Gemüse.

Das alles in einer herrlichen Sahne-Weißwein-Sauce.

Mit viele aromatischen Gewürzen wie Ingwer, Kurkuma und Chili.

Dazu Langkornreis.

Also mir hat das Gericht hervorragend geschmeckt. Es braucht nicht immer Fleisch.

*Für 2 Personen:*

- 340 g veganes Geschnetzelte (2 Packungen à 170 g, aus Erbsenprotein)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 12 Kirschtomaten
- 200 g Blattspinat (2 Packungen à 100g)
- 200 ml vegane Sahne
- Sauvignon blanc
- 2 TL gemahlener Ingwer
- 2 TL gemahlener Kurkuma
- 1 TL gemahlenes Chili
- Salz
- Olivenöl
- 1 Tasse Langkornreis

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.*

Reis in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 15 Minuten garen.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Kirschtomaten vierteln.

Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch glasig dünsten.

Geschnetzeltes dazugeben und einige Minuten unter Rühren kross anbraten.

Kirschtomaten dazugeben.

Mit Sahne und einem guten Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Ingwer, Kurkuma, Chili und Salz würzen.

Spinat dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur kurz köcheln lassen.

Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Geschnetzeltes mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Putenbraten mit Kräuterbutter und Semmelknödeln in dunkler Sauce**



Mit selbst zubereiteten Semmelknödeln

Dieses Rezept benötigt vier Grundzutaten, die alle frisch hergestellt oder zubereitet sind.

Da wäre zum einen einmal die Putenoberkeule, frisch vom Schlachter.

Dann die Bratensauce, in der die Oberkeule schmort, frisch zubereitet und portionsweise eingefroren.

Des weiteren die Semmelknödel, frisch aus Schrippen, Petersilie, Milch und Eiern zubereitet und ebenfalls portionsweise eingefroren.

Und dann schließlich die leckere Kräuterbutter, ebenfalls frisch und selbst hergestellt und portionsweise im Kühlschrank aufbewahrt.

Ein in sich stimmiges und sehr leckeres Gericht. Das leider aufgrund der Schmorzeit der Putenoberkeule leider etwas dauert.

Aber man erhält dafür ein wirklich hervorragendes Gericht, das sich schön für ein Sonntags- oder Feiertags-Menü eignet.

*Für 2 Personen:*

- 1,2 kg Putenoberkeule (mit Knochen)
- 6 [Semmelknödel](#)
- 400 ml [Bratenfond](#)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 8 Stück [Kräuterbutter](#)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Schmorzeit 2 ½ Stnd.*



Leckere, lange geschmorte Putenoberkeule

Zwiebel und Knoblauch schälen und kleinschneiden.

Oberkeule vom Knochen befreien.

Auf allen Seiten mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Keule darin auf allen Seiten kurz kross anbraten.

Mit der Kochzange herausnehmen.

Zwiebel und Knoblauch im Öl glasig dünsten.

Keule wieder hineingeben.

Mit dem Fond ablöschen.

Zugedeckt bei geringer Temperatur 2,5 Stnd. schmoren lassen.

20 Minuten vor Ende der Garzeit Wasser in einem großen Topf erhitzen.

Knödel hineingeben und im nur noch siedenden Wasser 15 Minuten ziehen lassen.

Sauce abschmecken.

Putenoberkeule aus der Sauce nehmen, halbieren und auf zwei Teller geben.

Jeweils drei Knödel auf einen Teller geben.

Großzügig Sauce über Keule und Knödel verteilen.

Jeweils vier Scheiben Kräuterbutter auf die Keulenstücke geben.

Servieren. Guten Appetit!